



*Eet gezond,
voorkom
reuma*

Er zijn nog altijd veel ziekten waarbij we in de medische boeken vermeld vinden: oorzaak onbekend. Veel klachten van het houdings- en bewegingsapparaat behoren tot deze groep, zoals artrose, osteoporose en fibromyalgie. Deze klachten kunnen voorkomen worden door goed te zorgen voor de tussencelstof.

Door Fernand Debats, arts voor homeopathie en redactielid

Wat betekent het eigenlijk wanneer van een ziekte de oorzaak onbekend is? Voor het antwoord op die vraag maken we een uitstapje naar de geschiedenis van de medische wetenschap. Gedurende zeventien eeuwen heeft in de westerse beschaving een verklaringsmodel voor ziekten gegolden dat bekendstaat als de humoraalpathologie. Deze ziektenleer gaat uit van de veronderstelling dat ziekten ontstaan doordat vier lichaamssappen – bloed, slijm, gal en zwarte gal – niet goed stromen of niet in de juiste verhouding gemengd zijn. Een pikant detail is dat het woord 'reuma' afkomstig is van het Griekse 'rheo' dat 'stromen' betekent. Het woord 'reuma' is dus rechtstreeks afkomstig uit de humoraalpathologie.

Na de ontdekking van de microscoop door Antoni van Leeuwenhoek (1632-1723) en de daaropvolgende ontdekking van eencellige organismen, groeide het besef dat levende wezens opgebouwd zijn uit cellen. In de biologie werd de cel als kleinste zelfstandige levende eenheid gedefinieerd. In de achttiende en negentiende eeuw volgden ontdekkingen over eencellige organismen, bacteriën genaamd, die ziekten konden verwekken. In aansluiting op deze wetenschappelijke vorderingen ontwierp Rudolf Virchow (1821-1902) een verklaringsmodel voor ziekten dat we kennen onder de naam cellulairpathologie. Deze neemt als uitgangspunt dat ziekten als levensverschijnsel verklaarbaar moeten zijn vanuit niet goed functionerende cellen, omdat cellen immers de kleinste levende eenheid zijn. De cellulairpathologie beschrijft ziekten en categoriseert ze in termen van cellen en hun disfunctioneren.

HET RAADSEL

Met het toenemen van wetenschappelijke kennis en de succesvolle toepassing ervan, ook in de geneeskunde, vatte het idee post dat alles wat bestaat, vanzelfsprekend natuurwetenschappelijk verklaarbaar is en dat iets wat niet natuurwetenschappelijk verklaarbaar is, ook niet werkelijk bestaat. Zowel deze veronderstelling zelf als de omkering ervan getuigen van overmoed en kortzichtigheid. Waar zit de tekortkoming van deze eenzijdige visie?

Het is juist dat levende organismen opgebouwd zijn uit cellen. Het is ook juist dat niet goed functionerende cellen kunnen leiden tot klachten en ziekten. Maar hoe komt het dat cellen niet goed functioneren? Ligt de oorzaak voor slecht functionerende cellen altijd alleen maar in die cellen zelf? Wat maakt eigenlijk het functioneren van cellen mogelijk? Cellen hebben zuurstof nodig en voedingsstoffen, hoe komen ze daaraan? En waar kunnen ze hun afvalstoffen kwijt? Bij eencellige dieren is dat duidelijk, want deze kunnen zuurstof en voedingsmiddelen direct vanuit hun omgeving betrekken. Maar hoe komt een levercel die midden in een lever van anderhalve kilo zit aan zijn zuurstof en voedingsstoffen? Met het groter worden van meercellige organismen ontstond de noodzaak voor transportsystemen en die zijn er ook gekomen.

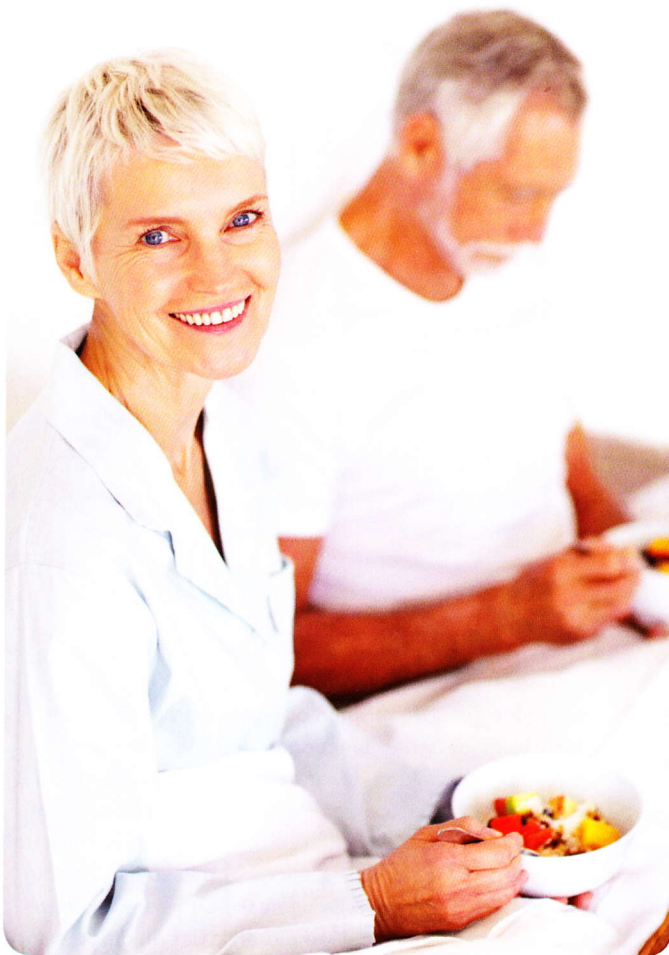
17

‘De moderne mens eet te veel geraffineerde producten’

Zuurstof komt via onze longen tot diep in ons organisme, en voedingsstoffen via onze spijsvertering. De grote en kleine bloedsomloop zorgen voor het transport naar de cellen. Hoe komen nu de zuurstof en voedingsstoffen van het bloed in de cellen?

TUSSENCELSTOF

Stoffen kunnen uitsluitend in opgeloste vorm naar de cellen toe om de eenvoudige reden dat cellen niet met hun wanden tegen elkaar aan liggen, maar omgeven zijn door tussencelstof. Deze tussencelstof bevindt zich tussen alle lichaamscellen en vormt in feite één groot compartiment. Wanneer deze tussencelstof, in



18

medisch jargon 'interstitium' genoemd, niet goed functioneert, kunnen cellen dus ook niet goed functioneren. Vergelijk het met een aquarium. Wanneer het water van een aquarium vervuild is of niet de goede zuurgraad heeft, worden de vissen ziek en gaan op den duur dood. Als het interstitium vervuild is of te zuur, worden de cellen ziek en gaan op den duur dood. Je kunt zo'n dode vis uit elkaar halen en bestuderen wat voor ziekte hij heeft en je zult nooit de verklaring vinden, omdat die in het water gelegen is. Zo wordt voor een groot aantal ziekten door de huidige medische wetenschap geen verklaring gevonden, omdat ze sinds het ontstaan van de cellulairpathologie onderzoek van het interstitium verwaarloost. Gelukkig zijn er wereldwijd vele wetenschappers die zich bezighouden met onderzoek naar het functioneren van het interstitium. De Weense onderzoeker Pischinger noemde het interstitium het grondstelsel voor de regulatie van levensprocessen. In Nederland zijn aan dit onderzoek belangrijke bijdragen geleverd door onder anderen de Utrechtse celbioloog Roel van Wijk en de arts voor neuraaltherapie Harry Lamers. Het interstitium kreeg als naam Basis Bio Regulatie Systeem (BBRS), omdat bleek dat velerlei reguleringsprocessen in ons lichaam dit BBRS als communicatiekanaal gebruiken.

Het interstitium bevat een groot aantal biologische stoffen waaronder suikers en suiker-eiwitverbindingen alsmede gespecialiseerde cellen, de fibroblasten, die bindweefselvezels maken die het interstitium tot een samenhangend systeem maken.

VERDWENEN KRAAKBEEN

Artrose ontstaat doordat het glasachtige kraakbeen dat de gewrichtsvlakken bekleedt, verdwijnt zodat de gewrichten stroever worden en uiteindelijk pijn gaan doen doordat de botuiteinden elkaar in het gewricht gaan raken. Dit wordt dan 'versleten gewrichten' genoemd. Wat is slijtage? Je schoenzolen worden dunner als je veel loopt, maar wanneer je veel op blote voeten loopt, worden je voetzolen juist dikker. Waarom verdwijnt gewrichtskraakbeen als het normaal gebruikt wordt? Dit weefsel bestaat uit cellen en een tussencelstof met bindweefselvezels erin. Het is niet doorbloed, zodat het voor zijn voeding aangewezen is op transport door de vloeistof heen die zich in het gewricht bevindt. Wanneer deze vloeistof verontreinigd is, kunnen opgeloste voedingsstoffen en afvalproducten er niet goed doorheen. Het gewrichtskraakbeen raakt als het ware vervuild en 'ondervoed' en ziedaar: de aftakeling begint. We hebben in ons lichaam meerdere weefsels die niet doorbloed zijn en die voor hun stofwisseling afhankelijk zijn van de kwaliteit van ons aquariumwater. Onze oog lens is er zo een. Ze is opgehangen achter de pupil in een ruimte gevuld met vocht, de oogkamer. Daar is ze voor voeding en onderhoud aangewezen op de kwaliteit van dit vocht.

DE GROTE VERVUILERS

Ons lichaam is een zelfreinigend systeem. Met alles wat er binnenkomt, moet iets gebeuren. Ofwel het wordt ingebouwd, ofwel het wordt omgezet in iets bruikbaar, ofwel het wordt afgebroken en weer uitgescheiden. Sinds het begin van de 'chemische revolutie' zijn er duizenden stoffen gesynthetiseerd die al die miljoenen jaren van onze voorgeschiedenis niet bestaan hebben. Veel van deze chemicaliën zijn kleinmoleculaire stoffen die vanuit het milieu en via onze voeding in ons systeem komen en daar het aquariumwater vervuilen. Ons lichaam weet daar in veel gevallen geen raad mee. Om te ontgiften heeft ons lichaam onder andere mineralen nodig: zink, magnesium en andere. We hebben daardoor als 'moderne mensen' een onnatuurlijk grote behoefte aan mineralen. Tegelijkertijd bestaat ons voedsel voor een groot gedeelte uit geraffineerde producten; wit brood, witte pasta's en als belangrijkste: toegevoegde kristalsuiker. Minder aanvoer van mineralen dus bij een toegenomen behoefte met als resultaat mineralentekort en onvoldoende reiniging van ons interne milieu: het aquariumwater begint troebel te worden.

OSTEOPOROSE

Nu we beschreven hebben hoe onze mineralentekorten ontstaan, kunnen we ook inzien wat het mechanisme achter het ontstaan van osteoporose is. Wanneer ons organisme te weinig mineralen binnenkrijgt, zal het in zijn eigen opslagruimten gaan zoeken. Waar hebben we in ons organisme veel mineralen ingebouwd? In onze botten. Wanneer ons lichaam verontreinigd is en de lichaamscellen dreigen ten onder te gaan in hun eigen afvalstoffen, zal het lichaam ten einde raad mineralen uit zijn eigen voorraad halen. Ziedaar botontkalking. Hoe voorkomen we deze welvaartsziekten? Het antwoord is simpel. Houd uw interstitium schoon en voorkom dat het verzuurt. Kies natuurlijk vers voedsel met zo min mogelijk toegevoegde stoffen. Voeg nooit suiker aan uw voedsel toe en eet geen geraffineerde meelproducten. Ontslak na de winter uw systeem. Laat u verleiden tot een jaarlijkse reinigingskuur. •